



# YOUR MEDICINE !

Chorégraphe Niels POULSEN (Danemark) – Septembre 2019  
Description En ligne, 48 comptes, 2 murs – 1 TAG  
Niveau Avancé  
Musique Medicine – Jennifer Lopez & Montana  
Intro 16 temps



**SEQUENCE : A, A, B, B, A, A, B, B, Tag, B, B**

## **PARTIE A (32 comptes, 1 mur)**

### **A1 - BACK R, L MAMBO, R KICK CROSS, SIDE ROCK CROSS, SIDE R, SWIVET L, SWIVET 1/4 R**

1 Pas PD arrière et Drag Talon G  
2&3 Rock step PG arrière (2), revenir PdC sur PD (&), pas PG avant (3)  
4& Kick PD avant légèrement croisé devant PG (4), croiser PD devant PG (&)  
5&6& Rock PG à Gauche (5), revenir PdC sur PD (&), croiser PG devant PD (6), pas PD à Droite (&)  
7-8 Swivel Pointe G à G et Talon D à D (*style : plier légèrement les genoux*) (7), Swivel Pointe G en 1/4 T à D et Talon D en 1/4 T à G (appui PD) (8) **03:00**

### **A2 - 1/2 R SWEEP, R SAILOR GRIND, L SAILOR, R SAILOR 1/4 L, PENDULUM KICKS R&L**

1 1/2 T à D et pas PG arrière avec Sweep/Drag Talon D **09:00**  
2&3 Croiser PD derrière PG (2), pas PG à G (&), pas PD à D et Touch talon G avec pointe G en diag. G (3)  
4&5 Croiser PG derrière PD (4), pas PD à Droite (&), pas PG à Gauche (5)  
&6& Croiser PD derrière PG (&), 1/4 T à Gauche et pas PG avant (6), pas PD à Droite (&) **06:00**  
7-8 PG à côté du PD et Kick PD à Droite (7), PD à côté du PG et Kick PG à Gauche (8)

### **A3 - 1/4 L FLICK, R MAMBO 3/8 R, FWD BACK ROCK, VINE 1/4 R, 1/2 R BACK L**

1 PG à côté du PD et 1/4 T à Gauche avec Flick PD arrière (1) **03:00**  
2&3 Rock step PD avant (2), revenir PdC sur PG arrière (&), 3/8 T à Droite et pas PD avant **07:30**  
4&5 Pas PG avant (4), Rock PD légèrement derrière PG (&), revenir PdC sur PG (5)  
6&7 Pas PD à Droite (6), croiser PG derrière PD (&), 1/4 T à Droite et pas PD avant (7) **10:30**  
8 1/2 T à Droite et pas PG arrière (8) **04:30**

### **A4 - WALK R BACK, L BACK PONY, FWD R, 1/2 R BACK L, 1/8 R QUICK BACK ROCK, ROCK R FWD/HITCH**

1 Pas PD arrière  
2&3 Pas PG arrière et Pop genou D (2), revenir PdC sur PD (&), rock step PG arrière et Pop genou D (3)  
4-5 Revenir PdC sur PD (4), 1/2 T à Droite et pas PG arrière (5) **10:30**  
6& 1/8 T à Droite et Rock step PD arrière (6), revenir PdC sur PG (&) **12:00**  
7-8 Rock step PD avant (7), revenir PdC sur PG arrière et Hitch genou D (8)

## **PARTIE B (16 comptes, 2 murs)**

### **B1 - WALK R&L, R ROCKING CHAIR, STEP 1/2 L, R STEP LOCK STEP, STEP L NEXT TO R**

1-2 Marcher PD avant (1), PG avant (2)  
3&4& Rock step PD avant (3), revenir PdC sur PG arrière (&), rock step PD arrière (3), revenir PdC sur PG (&)  
5-6 Pas PD avant (5), 1/2 T à Gauche sur PG (6) **06:00**  
7&8& Pas PD avant (7), Lock PG derrière PD (&), pas PD avant (8), pas PG à côté du PD (&)

### **B2 - 1/4 R SWEEP, CROSS R, R BOUNCE TOG., L BOUNCE 1/4 L BEHIND, R COASTER, TOG. L**

1-2 1/4 T à Droite et pas PD avant avec Sweep PG avant (1), croiser PG devant PD (2) **09:00**  
3-4 Bounce rock PD à Droite (3), revenir PdC sur PG et pas PD à côté du PG (4)  
5-6 Bounce rock PG à Gauche (5), 1/4 T à Gauche en revenant PdC sur PD et pas PG arrière (6) **06:00**  
7&8& Pas PD arrière (7), pas PG à côté du PD (&), pas PD avant (8), pas PG à côté du PD (&)



# YOUR MEDICINE !

## **TAG (48 comptes, 1 mur)**

### **T1 - MOON WALKS R & L, STEP 3/8 L, SYNCOPATED V STEP**

1-4 Touch pointe D à côté du PG (1), abaisser Talon D et glisser PG vers l'arrière (2), touch pointe G à côté du PD (3), abaisser Talon G et glisser PD vers l'arrière (4) **12:00**

5-6 Pas PD avant (5), 3/8 T à Gauche sur PG (6) **07:30**

7&8& Pas PD dans la diag. avant D (7), pas PG dans la diag. avant G (&), pas PD arrière au centre (8), pas PG arrière au centre (&)

*(Style : faire les pas 7& sur Ball PD et Ball PG sur les paroles « UP town »)*

### **T2 - R BACK ROCK POP, SHUFFLE 1/2 L, L BACK ROCK, L SHUFFLE FWD**

1-2 Rock step PD arrière et Pop genou G avant (1), revenir PdC sur PG avant (2)

3&4 1/4 T à G et pas PD à Droite (3) **04:30**, pas PG à côté du PD (&), 1/4 T à G et pas PD arrière (4) **01:30**

5-6 Rock step PG arrière *(Style : brosser l'épaule D avec la main G)* (5), revenir PdC sur PD avant (6)

7&8 Pas PG avant (7), pas PD à côté du PG (&), pas PG avant (8)

### **T3 - R WALK FWD WITH L HITCH, WALK L, R JAZZ BOX 1/8 R, L JAZZ BOX 1/4 L, STEP 1/2 L**

1-2 Pas PD avant et Hitch genou G (1), pas PG avant (2)

*(option amusante : lever le bras D, serrer le poing et le descendre rapidement sur le mot « Huh »)*

3&4 Croiser PD devant PG (3), 1/8 T à Droite et pas PG arrière (&) **03:00**, pas PD à Droite (4)

5&6 Croiser PG devant PD (5), pas PD arrière (&), 1/4 T à Gauche et pas PG avant (6) **12:00**

7-8 Pas PD avant (7), 1/2 T à Gauche sur PG (8) **06:00**

### **T4 - STEP TOUCH BACK, R COASTER, 3 HEEL BOUNCES 3/4 L SWEEP, BEHIND SIDE CROSS**

1&2 Pas PD avant (1), Touch PG à côté du PD (&), pas PG arrière (2)

3&4 Pas PD arrière (3), pas PG à côté du PD (&), pas PD avant (4)

5&6 3 Heel Bounces en 3/4 T à Gauche et finir en appui sur PD avec Sweep PG **09:00**

7&8 Croiser PG derrière PD (7), pas PD à Droite (&), croiser PG devant PD (8)

### **T5 - STEP TOUCH BACK, R COASTER, 3 HEEL BOUNCES 3/4 L SWEEP, BEHIND SIDE CROSS**

1&2 Pas PD dans la diag. avant D (1), Touch PG à côté du PD (&), pas PG arrière en revenant à **09:00** (2)

3&4 Pas PD arrière (3), pas PG à côté du PD (&), pas PD avant (4)

5&6 3 Heel Bounces en 3/4 T à Gauche et finir en appui sur PD avec Sweep PG **12:00**

7&8 Croiser PG derrière PD (7), pas PD à Droite (&), croiser PG devant PD (8)

### **T6 - R SIDE MAMBO, SIDE L, BODY TWIST L with HEEL FLICK, TOGETHER, R SIDE MAMBO, KNEE SPLIT**

1&2 Rock PD à Droite (1), revenir PdC sur PG (&), pas PD à côté du PG (2)

3 Pas PG à Gauche

4&5 Swivel Talon D à Droite et Twister le corps à Gauche (4), swivel Talon D pour revenir au centre (&), pas PG à côté du PD (5)

6&7 Rock PD à Droite (6), revenir PdC sur PG (&), pas PD à côté du PG (7)

8& Lever les talons et écarter les genoux (8), resserrer les genoux et abaisser les talons (&)